|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO JARDINÓPOLIS/SC -**  **PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE**  **CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL - PERÍODO PARCIAL - FAIXA ETÁRIA 6 a 10 anos**  **NOVEMBRO 2023** | | | | | |
| **REFEIÇÃO** | **SEGUNDA-FEIRA**  **30/10** | **TERÇA-FEIRA**  **31/10** | **QUARTA-FEIRA**  **01/11** | **QUINTA-FEIRA**  **02/11** | **SEXTA-FEIRA**  **03/11** |
| **LANCHE MANHÃ - 9h20min**  **LANCHE TARDE - 14h55m** | Pão com melado  Leite com cacau  Fruta: Maçã | Carne suína assada com cenoura  Mandioca/arroz  Salada: alface com tomate | Arroz  Feijão preto  Carne bovina iscas  Salada: Pepino | **FERIADO** | Biscoito Salgado  Bebida láctea  Fruta: Laranja |
| **Composição nutricional (Média semanal)** | | **Energia**  **(Kcal)** | **PNT**  **(g)** | **LIP**  **(g)** | **CHO**  **(g)** |
| 331,10 | 13,2 | 6,25 | 55,7 |
| **REFEIÇÃO** | **SEGUNDA-FEIRA**  **06/11** | **TERÇA-FEIRA**  **07/11** | **QUARTA-FEIRA**  **08/11** | **QUINTA-FEIRA**  **09/11** | **SEXTA-FEIRA**  **10/11** |
| **LANCHE MANHÃ - 9h20min**  **LANCHE TARDE - 14h55m** | Sanduíche  Suco manga  Fruta: laranja | Carreteiro  Salada: repolho e cenoura | Arroz  Feijão  Carne de frango desfiada  Salada: alface | Macarrão  Carne em cubos em molho  Salada: Alface | Bolacha caseira  Bebida láctea  Fruta: banana |
| **Composição nutricional (Média semanal)** | | **Energia**  **(Kcal)** | **PNT**  **(g)** | **LIP**  **(g)** | **CHO**  **(g)** |
| 321,2 | 15 | 6 | 52 |

\* Servir porções adequadas às idades das crianças, colocar os alimentos separados no prato para que elas conheçam os sabores de cada alimento;

Os alimentos utilizados para preparo do cardápio são de qualidade e frescos, portanto o cardápio pode sofrer algumas alterações de acordo com o recebimento de gêneros alimentícios;

Nutricionista Responsável Técnica do PNAE

Marilia Raquel Hubner Sordi- CRN10 2795

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO JARDINÓPOLIS/SC -**  **PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE**  **CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL - PERÍODO PARCIAL - FAIXA ETÁRIA 6 a 10 anos**  **NOVEMBRO 2023** | | | | | |
| **REFEIÇÃO** | **SEGUNDA-FEIRA**  **13/11** | **TERÇA-FEIRA**  **14/11** | **QUARTA-FEIRA**  **15/11** | **QUINTA-FEIRA**  **17/11** | **SEXTA-FEIRA**  **18/11** |
| **LANCHE MANHÃ - 9h20min**  **LANCHE TARDE - 14h55m** | Biscoito doce  Suco de manga  Fruta: melancia | Galinhada  Salada: alface com tomate | **FERIADO** | Pão com doce de fruta e leite com cacau  Fruta: Maçã | Arroz  Feijão  Carne suína (chuleta)  Salada: Alface |
| **Composição nutricional (Média semanal)** | | **Energia**  **(Kcal)** | **PNT**  **(g)** | **LIP**  **(g)** | **CHO**  **(g)** |
| 313,9 | 13,30 | 7,0 | 50,3 |
| **REFEIÇÃO** | **SEGUNDA-FEIRA**  **20/11** | **TERÇA-FEIRA**  **21/11** | **QUARTA-FEIRA**  **22/11** | **QUINTA-FEIRA**  **23/11** | **SEXTA-FEIRA**  **25/11** |
| **LANCHE MANHÃ - 9h20min**  **LANCHE TARDE - 14h55m** | Bolacha de açúcar de cana  Fruta: maçã  Todinho caseiro (Leite gelado batido com cacau) | Macarrão caseiro  Carne bovina em cubos  Salada: cenoura ralada | Arroz  Feijão carioca  Carne de porco assado  Salada: Alface | Cachorro quente de carne moída (pão sovadinho com carne moída)  Fruta: melão  Suco de abacaxi | Carreteiro  Salada: chuchu com tomate |
| **Composição nutricional (Média semanal)** | | **Energia**  **(Kcal)** | **PNT**  **(g)** | **LIP**  **(g)** | **CHO**  **(g)** |
| 337,89 | 16 | 8 | 52 |

\* Servir porções adequadas às idades das crianças, colocar os alimentos separados no prato para que elas conheçam os sabores de cada alimento;

Os alimentos utilizados para preparo do cardápio são de qualidade e frescos, portanto o cardápio pode sofrer algumas alterações de acordo com o recebimento de gêneros alimentícios;

Nutricionista Responsável Técnica do PNAE

Marilia Raquel Hubner Sordi- CRN10 2795

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO JARDINÓPOLIS/SC -**  **PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE**  **CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL - PERÍODO PARCIAL - FAIXA ETÁRIA 6 a 10 anos**  **NOVEMBRO 2023** | | | | | |
| **REFEIÇÃO** | **SEGUNDA-FEIRA**  **27/11** | **TERÇA-FEIRA**  **28/11** | **QUARTA-FEIRA**  **29/11** | **QUINTA-FEIRA**  **30/12** | **SEXTA-FEIRA**  **01/12** |
| **LANCHE MANHÃ - 9h20min**  **LANCHE TARDE - 14h55m** | Bolacha/biscoito  Suco de uva  Fruta: melancia | Arroz  Lentilha em caldo  Coxa sobrecoxa assada  Alface | Polenta  Carne moída  Salada: Repolho e cenoura ralada | Bolo cenoura  Suco de manga  Fruta: Banana | Galinhada  Salada: Alface |
| **Composição nutricional (Média semanal)** | | **Energia**  **(Kcal)** | **PNT**  **(g)** | **LIP**  **(g)** | **CHO**  **(g)** |
| 334,58 | 13 | 6 | 57 |

\* Servir porções adequadas às idades das crianças, colocar os alimentos separados no prato para que elas conheçam os sabores de cada alimento;

Os alimentos utilizados para preparo do cardápio são de qualidade e frescos, portanto o cardápio pode sofrer algumas alterações de acordo com o recebimento de gêneros alimentícios;

Nutricionista Responsável Técnica do PNAE

Marilia Raquel Hubner Sordi- CRN10 2795